

Receta de Ensalada Con Uvas Y Aguacate

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, para hoy aprovechando los últimos días de calor, os dejo esta rica receta de ensalada que espero que os guste a tod@s.

Ingredientes

- Aguacates (dos)
- Uvas blancas y negras (ocho o diez de cada)
- Pipas de girasol (una cucharada, opcional)
- Zumo de un limón
- Tomates cherrys (diez o doce)
- ~~Para el aliño: Vinagre (una cucharada)~~
- Mostaza (una cucharada)
- Miel (una cucharadita)
- Aceite de oliva
- Cebolleta (una)
- Pimienta blanca
- Avecrem caldo de verduras (media pastilla)

Modo de Preparación

1. Preparar lo primero el aliño mezclando el vinagre con la media pastilla de avecrem y un poco de pimienta, añadir la miel, la mostaza y un chorro de aceite y batir enérgicamente hasta que quede bien ligado todo
2. Añadir la cebolleta bien picada, remover y reservar
3. Lavar bien las lechugas y cortarlas en trozos regulares, colocarlas en una fuente
4. Añadir las uvas y los tomates cherrys partidos por la mitad
5. Pelar los aguacates y partarlos en dados, rociarlos con el zumo de limón para que no se oxiden y poner encima de las lechugas junto con las uvas y los tomates
6. Echar las pipas de girasol y aliñar la ensalada con la vinagreta reservada
7. Servir seguidamente y... buen provecho!!!